වන්දනා ගාථා

පූජ්‍ය වේරගොඩ සාරද
නායක මහා ස්වාමීන්ද්‍රයන්
වහන්සේ විසිනි

වන්දනා ගාථා

සැකසුම
පූජ්‍ය වේරගොඩ සාරද නායක
මහා ස්වාමීන්ද්‍රයන් වහන්සේ
විසිනි

කවරයේ පින්තූරය
අන් ලියන් ස්වී සීතා මහත්මිය
විසිනි

ප්‍රකාශනය
වේරගොඩ සුනන්දා භික්ෂුණිය
ටෙලි +94 755218421
ඊ මේල් revsunanda@ymail.com



සොපායා ගුරුසිංහ මැතිණිය   බී ධර්මදාස මැතිතුමා

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති
සියලු දානයන්ට වඩා
ධර්ම දානය උතුම්ය

බුදුරජාණන් වහන්සේ

මෙම වන්දනා ගාථා පොත
වේරගොඩ මීටියාගොඩ 'ධම්මික'
නිවසේ පදිංචිව සිට
පරලෝ සැපත්
මා ආදර පියාණන් වන
සාමදාන විනිශ්චයකාර
බී ධර්මදාස මැතිතුමාටත්
මා ආදර මෑණියන් වන
සොපායා ගුරුසිංහ මැතිණියටත්
නිවන් සුව පතා
පින් පිණිස බෙදා හරින ලදි.

වේරගොඩ සුනන්දා භික්ෂුණිය
10. 05. 2017.

පටුන

වන්දනා...7
තිසරණ...8
පන්සිල් සමාදන් වීම....................10
බුදුන් වැඳීම....................................12
දහම් වැඳීම....................................13
සඟුන් වැඳීම..................................14
සතර කමටහන්............................16
පහන් පූජා කිරීම.........................19
මල් පූජා කිරීම...........................20
පැන් පූජා කිරීම............................20
ආහාර පූජා කිරීම........................21
ගිලන්පස පූජා කිරීම...................22
සුවඳ දුම් පූජා කිරීම.................22
ත්‍රිවිධ චෛතිය වන්දනා...............23
බෝධි වන්දනා..............................24
දෙවියන්ට පින් දීම......................25
ඥාතීන්ට පින් දීම.......................26
ප්‍රාර්ථනා...26

කමා කිරීම.....................................27
මහා මංගල සූත්‍රය.....................28
රතන සූත්‍රය...................................38
කරණීය මෙත්ත සූත්‍රය...............58
පින් දීම...67
භාවනා...70
මෛත්‍රී භාවනාව...........................70
චතුරාරක්ඛා-සතර කමටහන්.. 75
බුද්ධානුස්සති භාවනාව.............76
මෙත්තානුස්සති භාවනාව.........84
අසුභානුස්සති භාවනාව............88
මරණානුස්සති භාවනාව...........93
අට වැදෑරුම් සංවේග වස්තු...98
ප්‍රියයන්ගෙන් වෙන්වීම දුකකි..101
ජීවිතය අනියතයි
මරණය නියතයි.........................104
ති ලක්ඛණ.................................107
ලෞකික ස්වභාවය....................109

වන්දනා

නමො තස්ස භගවතො
අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස

ඒ භාග්‍යවත් අර්හත් සම්මා
සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට
මාගේ නමස්කාරය වේවා.

නමො තස්ස භගවතො
අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
ඒ භාග්‍යවත් අර්හත් සම්මා
සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට
මාගේ නමස්කාරය වේවා.

නමො තස්ස භගවතො
අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස
ඒ භාග්‍යවත් අර්හත් සම්මා
සම්බුදුරජාණන් වහන්සේට
මාගේ නමස්කාරය වේවා.

තිසරණ

බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) බුදුරජාණන් වහන්සේ
සරණ යමි.
ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) ශ්‍රී සද්ධර්මය සරණ යමි.
සංඝං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) සංඝරත්නය සරණ යමි.

දුතියම්පි බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) දෙවනුව ද බුදුරජාණන්
වහන්සේ සරණ යමි.

දුතියම්පි ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) දෙවනුව ද ශ්‍රී සද්ධර්මය
සරණ යමි.

දුතියම්පි සංඝං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) දෙවනුව ද සංඝරත්නය
සරණ යමි.

තතියම්පි බුද්ධං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) තෙවනුව ද බුදුරජාණන්
වහන්සේ සරණ යමි.

තතියම්පි ධම්මං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) තෙවනුව ද ශ්‍රී සද්ධර්මය
සරණ යමි.

තතියම්පි සංඝං සරණං ගච්ඡාමි
(මම) තෙවනුව ද සංඝරත්නය
සරණ යමි.

පන්සිල් සමාදන් වීම

පාණාතිපාතා වේරමණී
සික්ඛාපදං සමාදියාමි

(මම) සතුන් මැරීමෙන් වැළකීමේ
ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

අදින්නාදානා වේරමණී
සික්ඛාපදං සමාදියාමි

(මම) අන් අය සතු දේ සොරා
ගැනීමෙන් වැළකීමේ
ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

කාමෙසු මිච්ඡාචාරා වේරමණී
සික්ඛාපදං සමාදියාමි

(මම) කාමයෙහි වරදවා හැසිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

මුසාවාදා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

(මම) බොරු කීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

සුරා මෙරය මජ්ජ පමාදට්ඨානා වේරමණී සික්ඛාපදං සමාදියාමි

(මම) ප්‍රමාදයට හේතු කාරක වූ සුරාපානය කිරීමෙන් වැළකීමේ ශික්ෂාපදය සමාදන් වෙමි.

බුදුන් වැඳීම

ඉති'පි සො භගවා අරහං සම්මා
සම්බුද්ධො විජ්ජාචරණ
සම්පන්නො සුගතො ලොකවිදූ
අනුත්තරො පුරිසදම්මසාරථී
සත්ථා දේවමනුස්සානං
බුද්ධො භගවා'ති

ඒ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ
රහත් ය. සියලු ධර්‍මයන් මනා
කොට දත් සේක. විද්‍යාචරණ
සම්පන්නය. සුගතය. ලෝකවිදූය.
අනුත්තර පුරිසදම්මසාරථීය.
දෙව්මිනිසුන්ට ශාස්තෘය.
බුද්ධය.
භගවත් ය.

දහම් වැඳීම

ස්වාක්ඛාතො භගවතා ධම්මො
සන්දිට්ඨිකො අකාලිකො
එහිපස්සිකො ඔපනයිකො
පච්චත්තං වෙදිතබ්බො
විඤ්ඤූහී'ති

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ විසින් ධර්මය මනාකොට වදාරණ ලදි. එය එක් එක් තැනැත්තා විසින් සිය ප්‍රත්‍යවෙක්ෂා ඥානයෙන් අවබෝධ කොට ගත යුතුය. එහි ප්‍රතිඵල උපන් වහාම පලදෙන්නේ ය. අකාලිකය. පැමිණ බලව යන ඇරයුමට සුදුසු ය. එළඹීමට සුදුසු ය. නුවණැත්තන් විසින් තම තම නැණ පමණින් දත යුතුය.

සඟුන් වැඳීම

සුපටිපන්නො භගවතො
සාවකසංඝො උජුපටිපන්නො
භගවතො සාවකසංඝො
ඤායපටිපන්නො භගවතො
සාවකසංඝො සාමීචිපටිපන්නො
භගවතො සාවකසංඝො යදිදං
චත්තාරි පුරිසයුගානි අට්ඨ
පුරිසපුග්ගලා එස භගවතො
සාවකසංඝො ආහුනෙය්‍යො
පාහුනෙය්‍යො දක්ඛිණෙය්‍යො
අඤ්ජලිකරණීයො අනුත්තරං
පුඤ්ඤක්ඛෙත්තං ලොකස්සා'ති

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක
සඟරුවන මනාව පිළිපන්නේය.

භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සඟරුවන ඉදිපිළිවෙතට පිළිපන්නේ ය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සඟ රුවන නැණ මගට පිළිපන්නේ ය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සඟරුවන නිවනට අනුකූල වූ පිළිවෙතට පිළිපන්නේ ය. භාග්‍යවතුන් වහන්සේ ගේ ශ්‍රාවක සඟරුවන (සෝවාන් මග පිහිටියෝ ද සෝවාන් පලෙහි පිහිටියෝ ද) එක් සඟළෙක යන මේ පුරුෂ යුග සතරක් බැගින් අෂ්ඨ පුරුෂ පුද්ගලයෝ වන සේක. භාග්‍යවතුන් වහන්සේගේ ශ්‍රාවක සංඝ තෙමේ දුර්නුදු ගෙනහැර දියයුතු ප්‍රත්‍යයට

සුදුසුය. ආගන්තුක සත්කාර
පිළිගන්නට සුදුසු ය.
දක්ෂිණාවට සුදුසුය. සියලු
ලෝ වැස්සන් විසින් දොහොත්
මුදුනෙහි තබාකරන
නමස්කාරයට සුදුසු ය. පුණ්‍ය
ක්ෂේත්‍ර භාවයට සුදුසුය ලෝකයා
ගේ උතුම් වූ පින්කෙත ය.

සතර කමටහන්

නමාමි බුද්ධං ගුණ සාගරන්තං
සත්තා සදා හොන්තු සුඛී
අවෙරා
කායො පිගුච්ඡො සකලො
දුගන්ධො
ගච්ඡන්ති සබ්බෙ මරණංඅහං ච

ගුණ නම් වූ මහා සාගරයේ
පරතෙරට ගියා වූ සම්මා
සම්බුදුරජාණන්
වහන්සේ වඳිමි. සියලු සත්වයෝ
සියලු කල්හි සැප ඇත්තෝ
වෙත්වා. වෛර නැත්තෝ
වෙත්වා. මෙම කය පිළිකුල් ය.
දුගඳ ය. අන් සියල්ලන් සේම
මම ද මරණයට පත් වේ.

නමාමි ධම්මං සුගතෙන දෙසිතං
සත්තා සදා හොන්තු සුඛී
අවෙරා
කායො පිගුච්ඡො සකලො
දුගන්ධො
ගච්ඡන්ති සබ්බෙ මරණංඅහං ච

බුදුරජාණන් වහන්සේ විසින් දේශිත ගුණ සයුරක් බඳු වූ ශ්‍රී සද්ධර්මය වඳිමි. සියලු සත්වයෝ සියලු කල්හි සැප ඇත්තෝ වෙත්වා. වෛර නැත්තෝවෙත්වා. මෙම කය පිළිකුල් ය. දුගඳ ය. අන් සියල්ලන් සේම මම ද මරණයට පත් වේ.

නමාමි සංඝං මුණිරාජ සාවකං
සත්තා සදා හොන්තු සුඛී අවෙරා
කායො පිගුච්ඡො සකලො
දුගන්ධො
ගච්ඡන්ති සබ්බෙ මරණං අහං ච

බුදුරජාණන් වහන්සේ ගේ ආර්ය සංඝරත්නය වඳිමි.

සියලු සත්වයෝ සියලු කල්හි සැප ඇත්තෝ වෙත්වා. වෛර නැත්තෝ වෙත්වා. මෙම කය පිළිකුල් ය. දුගඳ ය. අන් සියල්ලන් සේම මම ද මරණයට පත් වේ.

පහන් පූජා කිරීම

ඝන සාරප්ප දිට්ඨේන
දීපෙන තම ධංසිනා
තිලොක දීපං සම්බුද්ධං
පූජයාමි තමො නුදං
අඳුර දුරලන මේ පහනේ
ආලෝකයෙන් කෙලෙස් අඳුර
දුරුකළ තුන් ලොවට පහනක්
බඳු බුදුරජාණන් වහන්සේ පුදමි.

මල් පූජා කිරීම

පූජෙමි බුද්ධං කුසුමෙන’නෙන
පුඤ්ඤෙන මෙ තෙ න ච හොතු
මොක්ඛං
පුප්ඵං මිලායාති යථා ඉදං මෙ
කායො තථා යාති විනාස භාවං
මම මේ මලෙන් බුදුරජාණන්
වහන්සේ පුදමි. මේ පිනෙන් මට
නිවන් සුව ලැබේවා. මේ මල් යම්
සේ පරවී යයිද එසේ ම මාගේ
ශරීරයත් විනාශයට පත් වී යයි.

පැන් පූජා කිරීම

අධිවාසෙතු නො භන්තෙ
පානීයං පරි කප්පිතං

අනුකම්පං උපාදාය
පතිගණ්හාතු මුත්තමං
භාග්‍යවතුන් වහන්ස පිළිගැනුමට
යෝග්‍ය වූ මේ පැන් අප කෙරෙහි
අනුකම්පාවෙන් පිළිගෙන
වදාරණ සේක්වා.

ආහාර පූජා කිරීම

අධිවාසෙතු නො භන්තෙ
භොජනං පරිකප්පිතං
අනුකම්පං උපාදාය
පතිගණ්හාතු මුත්තමං

භාග්‍යවතුන් වහන්ස පිළිගැනුමට
යෝග්‍ය වූ මේ ආහාර අප
කෙරෙහි අනුකම්පාවෙන්
පිළිගෙන වදාරණ සේක්වා.

ගිලන්පස පූජා කිරීම

අධිවාසෙතු නො භන්තෙ
ගිලානපච්චයං ඉමං
අනුකම්පං උපාදාය
පතිගණ්හාතු මුත්තමං

භාග්‍යවතුන් වහන්ස
පිළිගැනුමට යෝග්‍ය වූ මේ
ගිලන්පස අප කෙරෙහි
අනුකම්පාවෙන් පිළිගෙන
වදාරණ සේක්වා.

සුවඳ දුම් පූජා කිරීම

ගන්ධ සම්භාර යුත්තෙන

ධූපෙනාහං සුගන්ධිනා
පූජයෙ පූජනීයන්තං
පූජා භාජන මුත්තමං

පූජාවන්ට සුදුසු වූ
පූජා ලැබුවා වූ උතුම්
බුදුරදුන් හට මේ
සුවඳ දුමින් පුදමි.

ත්‍රිවිධ චෛතිය වන්දනා

වන්දාමි චෙතියං සබ්බං
සබ්බඨානෙසු පතිට්ඨිතං
සාරීරික ධාතු මහා බොධිං
බුද්ධ රූපං සකලං සදා

සෑම තැන්හි පිහිටි සියලු
චෛත්‍යයන් ද, ශාරීරික
ධාතූන් වහන්සේලා ද, ශ්‍රී මහා
බෝධීන් වහන්සේ ද, සියලු
බුද්ධ ප්‍රතිමා වහන්සේලා ද, මම
හැමකල්හි වඳිමි.

බෝධි වන්දනා

යස්ස මූලෙ නිසින්නො’ව
සබ්බාරි විජයං අකා
පත්තො සබ්බඤ්ඤුතං සත්ථා
වන්දෙ තං බොධි පාදපං
සියලු සතුරු මුලු පරදවා
සම්බුද්ධත්වය ලබනු පිණිස
බෝමුළ සැපයූ බෝධිරාජයාණන්
වහන්සේ මම නමදිමි.

ඉමෙ එතෙ මහා බොධි
ලොක නාථෙන පූජිතා
අහංපි තෙ නමස්සාමි
බොධි රාජා නමත්ථුතෙ

ලෝ නා හිමියන් විසින් පුදනු ලැබුවා වූ ඒ සා බලැති බෝධි රාජයාණන් වහන්සේ මම ද නමදිමි.

දෙවියන්ට පින් දීම

එත්තා වතාච අම්හෙහි
සම්භතං පුඤ්ඤ සම්පදං
සබ්බෙ දෙවා අනුමොදන්තු
සබ්බ සම්පත්ති සිද්ධියා

අප විසින් මෙසේ රැස් කරන ලද පුණ්‍ය සම්පත් සියළු සම්පත් හි අභිවෘද්ධිය සඳහා සියලු

දෙවියෝ අනුමෝදන් වෙත්වා.

ඤාතීන්ට පින් දීම

ඉදං මෙ ඤාතීනං හොතු
සුඛිතා හොන්තු ඤාතයො
(තුන් වරක් කියන්න)

මේ පින නෑයන්ට අත්වේවා.
නෑයෝ ලොවිතුරා සුවයෙන්
සුවපත් වේවා.

ප්‍රාර්ථනා

ඉමිනා පුඤ්ඤ කම්මෙන
මාමෙ බාල සමාගමො
සතං සමාගමො හොතු
යාව නිබ්බාන පත්තියා

මෙම කුසලානුභාව බලයෙන්
නිවන් දක්නා තුරු මා හට
පාපමිත්‍ර සේවනයක් නොවේවා.

කමා කිරීම

කායෙන වාචා චිත්තෙන
පමාදෙන මයා කතං
අච්චයං ඛම මෙ භන්තෙ
භූරි පඤ්ඤ තථාගත

ම විසින් සිතින් හෝ කයින්
හෝ වචනයෙන් හෝ යන තුන්
දොරින් නොදැනුවත්ව සිදු
කරන ලද යම් වරදක් වේ නම්
ඒ වරදට බුදුරජාණන් වහන්සේ
මට සමාව දෙන සේක්වා.

මහා මංගල සූත්‍රය

ඒවං මෙ සුතං: ඒකං සමයං
භගවා සාවත්ථියං විහරති
ජේතවනෙ අනාථපිණ්ඩිකස්ස
ආරාමෙ අථ ඛො අඤ්ඤතරා
දේවතා අභික්කන්තාය රත්තියා
අභික්කන්තවණ්ණා
කේවලකප්පං ජේතවනං
ඕභාසෙත්වා යෙන භගවා
තෙනු'පසංකමි උපසංකමිත්වා
භගවන්තං අභිවාදෙත්වා
ඒකමන්තං අට්ඨාසි
ඒකමන්තං ඨිතා ඛො සා
දෙවතා
භගවන්තං ගාථාය අජ්ඣභාසි:-

මා විසින් මෙසේ අසන ලදී:
එක් සමයෙක භාග්‍යවතුන් වහන්සේ සැවැත් නුවර ජේතවනනම් වූ අනේපිඬු මහ සිටුහුගේ ආරාමයෙහි වැඩ වසන සේක. එකල්හි එක්තරා දෙවියෙක් රෑ ඉක්මවා ගිය කල්හි විශිෂ්ඨ ශෝභා ඇත්තේ සියලු දෙව්රම් වෙහෙර ස්වකීය ශරීර ශෝභාවෙන් බබුලුවා භාග්‍යවතුන් වහන්සේ යම් තැනකද එතනට එළඹියේය. එළඹ භාග්‍යවතුන් වහන්සේ වැඳ එකත් පසෙක සිටි ඒ දෙවිතෙම ගාථායෙන් (මෙසේ) කීය.

බහූ දෙවා මනුස්සා ච
මංගලානි අචින්තයුං
ආකංඛමානා සොත්ථානං
බ්‍රෑහි මංගල මුත්තමං

මෙලොව පරලොව සැප කැමති
වන්නා වූ බොහෝ දෙවියෝ ද,
මනුෂ්‍යයෝ ද දියුණුවට හිත
කරුණු සිතූහ. වැඩ සලසන ඒ
උතුම් මගුල් අපට
අනුකම්පාවෙන් වදාළ මැනවි.

අසෙවනා ච බාලානං
පණ්ඩිතානං ච සෙවනා
පූජා ච පූජනීයානං
එතං මංගල මුත්තමං

බාලයන් නොහොත් අසත්
පුරුෂයන් සේවනය නොකිරීමද
පණ්ඩිතයන් නොහොත් සත්
පුරුෂයන් සේවනය කිරීමද,
පිදිය යුත්තන් පිදීමද, (යන)
මෙය උතුම් මංගල්‍යකි.

පතිරූප දෙස වාසො ච
පුබ්බෙ ච කත පුඤ්ඤතා
අත්ත සම්මා පණිධි ච
එතං මංගල මුත්තමං

සුදුසු දේශයක විසීමද, පෙර
කරන ලද පින් ඇති බවද,
සිත මනා දහම්හි පිහිටුවීමද,
(යන) මෙය උතුම් මංගල්‍යකි.

බාහුසච්චඤ්ච සිප්පඤ්ච
විනයො ච සුසික්ඛිතො
සුභාසිතා ච යා වාචා
එතං මංගල මුත්තමං

බොහෝ ඇසූ පිරූ තැන් ඇති
බව ද, ශිල්ප දැනීමද,
මනාකොට හික්මුණු විනය ඇති
බව ද, යම් වචනයක් මොනවට
කියන ලද ද, සුබැසි වචනයන්
ද, යන මෙය උතුම් මංගල්‍යකි.

මාතා පිතු උපට්ඨානං
පුත්ත දාරස්ස සංගහො
අනාකුලා ච කම්මන්තා
එතං මංගල මුත්තමං

මවුට උපස්ථාන කිරීමද,
පියාට උපස්ථාන කිරීම ද,
අඹුදරුවන්ට සංග්‍රහ කිරීමද,
නිරවුල් කර්මාන්ත ඇති බවද,
(යන) මෙය උතුම් මංගල්‍යකි.

දානං ච ධම්ම චරියා ච
ඤාතකානඤ්ච සංගහො
අනවජ්ජානි කම්මානි
එතං මංගල මුත්තමං

දන් දීමද, දස කුසල්කම්හි
හැසිරීමද,
නෑයන්ට සැලකීමද,
නිවැරදි ක්‍රියා ද, (යන) මෙය
උතුම් මංගල්‍යකි.

ආරති විරති පාපා
මජ්ජ පානා'ච සඤ්ඤමො
අප්ප මාදො ච ධම්මෙසු
එතං මංගල මුත්තමං

පව්කම්වල නොඇලීමද,
අකුශල ක්‍රියා වලින් වැළකීමද,
මත්පැන් බීමෙන් වැළකීමද,
සියලු කුසල් දහම්හි පමා
නොවීමද,(යන) මෙය උතුම්
මංගල්‍යකි.

ගාරවො ච නිවාතො ච
සන්තුට්ඨී ච කතඤ්ඤුතා
කාලෙන ධම්ම සවණං
එතං මංගල මුත්තමං

ගරු කටයුත්තන්ට ගරු කිරීම ද, නිහතමානී බවද, ලද දෙයින් සතුටු වන බවද, කෙළෙහි ගුණ දන්නා බවද, සුදුසු කාලයෙහි බණ ඇසීමද, (යන) මෙය උතුම් මංගලයකි.

ඛන්ති ච සොවචස්සතා
සමණානඤ්ච දස්සනං
කාලෙන ධම්ම සාකච්ඡා
එතං මංගල මුත්තමං

ඉවසීමද, කීකරු බවද,
ශ්‍රමණයන් දැකීමද,
සුදුසු කල්හි ධර්‍ම සාකච්ඡාව ද,
(යන) මෙය උතුම් මංගලයකි.

තපො ච බ්‍රහ්මචරියඤ්ච
අරිය සච්චාන දස්සනං
නිබ්බාන සච්ඡි කිරියා ච
එතං මංගල මුත්තමං

තපස ද, උතුම් හැසිරීමද,
ආයර්‍ය සත්‍යයන් නුවණින් දැකීම
ද, නිවන් අවබෝධ කිරීමද,
(යන) මෙය උතුම් මංගල්‍යකි.

ඵුට්ඨස්ස ලොක ධම්මෙහි
චිත්තං යස්ස න කම්පති
අසොකං විරජං ඛෙමං
එතං මංගල මුත්තමං
අටලෝ දහමින් ස්පර්ශ
කරන ලද යමෙකු ගේ සිත නො

සැලේද, ශෝක රහිත ද, රාගාදී රජස් රහිත ද, නිර්භය ද, (යන) මෙය උතුම් මංගලයකි.

ඒතා දිසානි කත්වාන
සබ්බත්ථ මපරාජිතා
සබ්බත්ථ සොත්ථිං ගච්ඡන්ති
තං තෙසං මංගල මුත්තමං'ති

(අසත් පුරුෂයන් සේවනය නොකිරීම ආදී) මෙබඳු මංගලයන් කොට සෑම තන්හි උවදුරු නැත්තේ වෙයි. සෑමතන්හි සැපවත් බවට යෙත්. ඔවුනට ඒ කරුණු තිස් අටම උතුම් මංගල කරුණු වේ.

රතන සූත්‍රය

යානීධ භූතානි සමාගතානි භුම්මානි වා යා නිවඅන්තලික්ඛෙ සබ්බෙ'ව භූතා සුමනා භවන්තු අථො'පි සක්කච්ච සුණන්තු භාසිතං

මෙතැන්හි රැස්වූ පොළොවෙහි වූ හෝ යම් අමනුෂ්‍ය කෙනෙක් ඇද්ද, අහසෙහි වූද යම් අමනුෂ්‍ය කෙනෙක් ඇද්ද, ඒ සියලු අමනුෂ්‍යයෝ ම සතුටු සිතැත්තෝ වෙත්වා.
තව ද මාගේ වචනය සතුටින් අසත්වා.

තස්මා හි භූතා නිසාමෙථ
සබ්බෙ
මෙත්තං කරොථ මානුසියා
පජාය
දිවා ච රත්තො ච
හරන්තියෙ බලිං
තස්මාහි නෙ රක්ඛථ
අප්පමත්තා

භූතයිනි එබැවින් සියලු තෙපි (මා ගේ වචනය) අසවු. මනුෂ්‍ය ප්‍රජාවට මෛත්‍රී කරවු. යම් කෙනෙක් දහවල් ද රෑ ද පුද පඬුරු පූජාවන් කෙරෙත් ද, එහෙයින් ඔවුන් නොපමාව රකිවු.

යං කිංචි විත්තං ඉධ වා හුරංවා
සග්ගෙසු වා'යං රතනං පණීතං
න නො සමං අත්ථි තථාගතෙන
ඉදම්පි බුද්ධෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

මේ මිනිස් ලොව හෝ නා ලෝ
ආදී අන් ලොවක හෝ යම්
ධනයෙක් වේ ද, ස්වර්ගයෙහි
හෝ යම්කිසි උතුම් රත්නයක්
වේ ද, (ඔවුන් අතුරෙහි)
තථාගතයන් වහන්සේ හා
සම වූ කෙනෙක්
නොමැත. බුදුරදුන් කෙරෙහි
මේ රත්න බව ද උතුම්ය. මේ
සත්‍යය බලයෙන් සෙත් වේවා.

ඛයං විරාගං අමතං පණීතං
යදජ්ඣගා සක්‍ය මුනීසමාහිතො
න තෙන ධම්මෙන සමත්ථි
කිඤ්චි
ඉදම්පි ධම්මෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

එකඟ වූ සිත් ඇති තථාගතයන් වහන්සේ(කෙලෙසුන් දුරු කරන හෙයින්) ක්ෂය නම් වූ (රාග යෙන් වෙන් වීමට නිමිති වූ) විරාග නම් වූ වූද, (මරණයක් නැති හෙයින්)අමත නම් වූ යම් නිවණක් අවබෝධ කළේ ද? ඒ ධර්මය හා සම වූ කිසිවක් නොමැත. ධර්මයෙහි මේ රත්න

භාවය ද උතුම් ය. මේ
සත්‍යය බලයෙන් සෙත් වේවා.

යම් බුද්ධසෙට්ඨො පරිවණ්ණයී සුචිං
සමාධිමානන්තරිඤ්ඤමාහු
සමාධිනා තෙන සමො න විජ්ජති
ඉදම්පි ධම්මෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

උතුම් වූ බුදුරජ තෙමේ
පිරිසිදු වූ යම් ආර්ය මාර්ගයක්
වර්ණනා කළේ ද, ඉතා පිරිසිදු
වූ ඒ මාර්ගය ආනන්තරික
සමාධියයි. යම් මාර්ගයක්

(බුද්ධාදී ආර්යයෝ) දේශනා කරද්ද ඒ සමාධිය හා සම වූ සමාධියක් නැත. ධර්මයෙහි මේ රත්න භාවය ද උතුම් ය. මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

යෙ පුග්ගලා අට්ඨ සතං පසත්ථා
චත්තාරි එතානි යුගානි හොන්ති
තෙ දක්ඛිණෙය්‍යා සුගතස්ස සාවකා
එතෙසු දින්නානි මහප්ඵලානි
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

සත් පුරුෂයන් විසින් පසස්නා

ලද යම් ආර්ය පුද්ගලයෝ අට
දෙනෙක් වෙත් ද, නොහොත්
ප්‍රශස්ත වූ යම් එකසිය අටක්
ආර්ය පුද්ගලයෝ වෙත් ද,
මොහු හැමදෙන සතර යුග
කෙනෙක් වෙති.
සුගත් බුදුරදුන් ගේ සවු වූ
උන්වහන්සේලා සිව් පසය
පිළිගැණීමට සුදුස්සෝ වෙති.
මේ බුදු සවුවන් කෙරෙහි දෙන
ලද දානයෝ මහත් ඵල
ඇත්තෝ වෙත්.
මේ කරුණින් ද බුද්ධ ශ්‍රාවක
සංඝ තෙමේ උතුම් රුවනකි.
මේ සත්‍ය
බලයෙන් සෙත් වේවා.

යෙ සුප්පයුත්තා මනසා
දළ්හෙන
නික්ඛාමිනො ගොතම සාසනම්හි
තෙ පත්තිපත්තා අමතං විගය්හ
ලද්ධා මුධා නිබ්බුතිං
භුඤ්ජමානා
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

ගෞතම බුද්ධ ශාසනයෙහි වූ
සුවිශුද්ධ කායවාක් කර්ම
සංඛ්‍යාත, ශීලස්කන්ධයෙන්
යුක්ත වූ ස්ථිර සිතින් යුක්ත වූ
ප්‍රඥාව කරණ කොටගෙන සියලු
කෙලෙසුන් ගෙන් නික්මුණා වූ
යම් පුද්ගල කෙනෙක් වෙත් ද,

ඔහු තුමු නිවනට බැස ගෙන නොමිලයේ ම රහත්ඵල සමවත ලැබ ගෙන එය විඳින්නහු වෙති. මේ කරුණින් ද, ආර්ය සංඝයා උතුම් රුවනකි. මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

යථින්දඛීලො පඨවිං සිතො සියා
චතුබ්භි වාතෙහි
අසම්පකම්පියො
තථූපමං සප්පුරිසං වදාමි
යො අරියසච්චානි අවෙච්ච
පස්සති
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

යම් සේ පොළොව තුළ වැද
ගෙන සිටි ඉන්ද්‍රඛීලය සිවු දිගින්
හමන සුළඟින් සෙලවිය හැකි
නොවේ ද, චතුරාර්‍ය්‍ය සත්‍ය
නුවණින් දකින උතුම් පුරුෂයා
(සෝවාන් පුද්ගලයා) එබන්දකු
කොට කියමි. මේ කරුණින් ද,
ආර්‍ය සංඝයා උතුම් රුවනකි.
මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත්වේවා.

යෙ අරියසච්චානි විභාවයන්ති
ගම්භීරපඤ්ඤෙන සුදෙසිතානි
කිඤ්චාපි තෙ හොන්ති
භුසප්පමත්තා
න තෙ භවං අට්ඨමං ආදියන්ති
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං

ඒතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

යම් සෝවාන් පුද්ගල කෙනෙක් ගැඹුරු නුවණැති බුදුන් වහන්සේ දෙසූ ආර්ය සත්‍යයන් තමනට ප්‍රකට කෙරෙත් ද, ඔහු බෙහෙවින් පමාවූවාහු නමුත් අටවැනි උත්පත්තියක් නොගනී. මේ කරුණින් ද ආර්ය සංඝයා උතුම් රුවනකි. මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

සහාව'ස්ස දස්සන සම්පදාය
තය'ස්සු ධම්මා ජහිතා භවන්ති
සක්කායදිට්ඨි විචිකිච්ඡිතඤ්ච
සීලබ්බතං වා'පි යදත්ථි කිඤ්චි

චතූහපායෙහි ච විප්පමුත්තො
ඡ චාභිඨානානි අභබ්බො කාතුං
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

මේ සෝවාන් පුද්ගලයා ගේ
සෝවාන් මග නුවණ පහළවීම
සමගම සත්කාය දෘෂ්ඨියද (කය
පිළිබඳ විසි අයුරකින් පැවති)
(බුද්ධාදී අටතැන්හි) සැකයද
යම් මිතථ්‍යාශීල ව්‍රත කෙනෙක
වූහූ නම් ඒ සියල්ල ද යන
මේ තුන් සංයෝජනයෝ දුරු
කරණ ලද්දෝ වෙති. හෙතෙම
සතර අපායන් කෙරෙන් මිදුනේ
වේ. ආනන්තර්ය කර්ම පසත්

මිත්‍ථ්‍යා දෘෂ්ටියත් යන
බැරෑරුම් පව් සය කරන්නට ද
හේ අභයය්‍යය වැදෑරුම් මහ පව්
කිරීමට නොයෙදේ. මේ කරුණින්
ද ආර්ය සංඝයා උතුම් රුවනකි.
මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

කිඤ්චාපි සො කම්මං කරොති
පාපකං
කායෙන වාචා උද චෙතසා වා
අභබ්බො සො තස්ස
පටිච්ඡාදාය
අභබ්බතා දිට්ඨ පදස්ස වුත්තා
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන
සුවත්ථි හොතු

ඒ සෝවාන් පුද්ගල තෙම කයින් හෝ වචනයෙන් හෝ සිතින් හෝ ප්‍රඥප්ති මාත්‍ර වූ කිසි වරදක් කරන්නේ නමුදු හේ එය සඟවන්නට නො හැක්කේ ය. දක්නා ලද නිර්වාන පදය ඇති සෝවාන් පුද්ගලයා ගේ (වරද සැඟවීමේ) අවශ්‍ය බව බුදුරදුන් විසින් වදාරණ
ලද්දේය. මේ කරුණින් ද ආර්ය සංඝයා උතුම් රුවනකි. මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

වනප්පගුම්බෙ යථා
ඵුස්සිතග්ගෙ
ගිම්හානමාසෙ පඨමස්මිංගිම්හෙ

තථූපමං ධම්ම වරං අදෙසයී
නිබ්බානගාමිං පරමං හිතාය
ඉදම්පි බුද්ධෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

වන ලැහැබ තෙමේ ග්‍රීෂ්ම
සෘතුවේ පළමු වන මාසයෙහි
හෙවත් බක් මස සුපිපි අක්
ඇත්තේ යම්සේ ද එසේ වූ
නිවන් පුර පමුණුවන උතුම්
ලොව්තුරා ධර්‍ම රත්නය
ලෝසතුන් ගේ හිත පිණිස
බුදුරදුන් දේශනා කළ සේක.
මේ කරුණින් ද බුදුරජ තෙමේ
උතුම් රුවනකි. මේ සත්‍ය
බලයෙන් සෙත් වේවා.

වරො වරඤ්ඤූ වරදො
වරාහරො
අනුත්තරො ධම්ම වරං අදෙසයි
ඉදම්පි බුද්ධෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

උතුම් වූ නිවන දන්නා වූ, උතුම් වූ නිවන දෙන්නා වූ, උතුම් නිවන් මග ගෙනහැර පාන්නා වූ, අනුත්තර වූ බුදුරජාණන් වහන්සේ
උතුම් වූ දහමක් දෙසූ සේක. මේ කරුණින් ද බුදුරජ තෙමේ උතුම් රුවනකි. මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

ඛීණං පුරාණං නවං නත්ථි සම්භවං
විරත්තචිත්තා ආයතිකෙ භවස්මිං
තෙ ඛීණබීජා අවිරූළ්හිච්ඡන්දා
නිබ්බන්ති ධීරා යථායං පදීපො
ඉදම්පි සංඝෙ රතනං පණීතං
එතෙන සච්චෙන සුවත්ථි හොතු

යම් කෙනෙකු ගේ පුරාතන කර්ම රහත් මගින් ක්ෂීණ වූයේ ද, අලුත් කර්මයන් ගේ පහළ වීමකුත් නැද්ද, මතු භවයක් කෙරෙහි නො ඇලුණු සිතැති ක්ෂීණ වූ ප්‍රතිසන්ධි විඥාන සංඛ්‍යාත සංස්කාර වෘද්ධිය

කෙරෙහි කැමැත්තක් නැති
ධෛර්යය සම්පන්න වූ ඒ
රහත්හු මේ පහන සේ අවසන්
සිත නිරුද්ධ වීමෙන් පිරිනිවෙත්.
මේ කරුණින් ද ආර්ය සංඝයා
උතුම් රුවනකි.
මේ සත්‍ය බලයෙන් සෙත් වේවා.

යානීධ භූතානි සමාගතානි
භුම්මානි වා යානි'ව
අන්තලික්ඛෙ
තථාගතං දේවමනුස්ස පූජිතං
බුද්ධං නමස්සාම සුවත්ථි හොතු
පොළොවෙහි හෝ අහසෙහි වූ
යම් අමනුෂ්‍ය කෙනෙක් මෙතැන්
හි රැස්වූහු ද ඔහු ද මම ද

දෙව් මිනිසුන් විසින් පුදන ලද
තථාගත බුදුරජාණන් වහන්සේ
නමදිමු.
සත්ව ප්‍රජාවට සෙත්වේවා.

යානීධ භූතානි සමාගතානි
භුම්මානි වා යානි’ව
අන්තලික්ඛෙ
තථාගතං දේවමනුස්ස පූජිතං
ධම්මං නමස්සාම සුවත්ථි හොතු

පොළොවෙහි හෝ අහසෙහි වූ
යම් අමනුෂ්‍ය කෙනෙක් මෙතැන්
හි රැස්වූහු ද ඔහු ද මම ද
දෙව් මිනිසුන් විසින් පුදන ලද
බුද්ධාදීන් විසින් අවබෝධ

කරන ලද බැවින් තථාගත වූ ධර්මය නමදිමු. සත්ව ප්‍රජාවට සෙත්වේවා.

යානීධ භූතානි සමාගතානි
භුම්මානි වා යානි'ව
අන්තලික්ඛෙ
තථාගතං දේවමනුස්ස පූජිතං
සංඝං නමස්සාම සුවත්ථි හොතු

පොළොවෙහි හෝ අහසෙහි වූ යම් අමනුෂ්‍ය කෙනෙක් මෙතැන් හි රැස්වූහු ද ඔහු ද මම ද දෙව් මිනිසුන් විසින් පුදන ලද තථාගත වූ සංඝයා නමදිමු. සත්ව ප්‍රජාවට සෙත්වේවා.

කරණීය මෙත්ත සූත්‍රය

කරණීය මත්ථකුසලෙන
යං තං සන්තං පදං
අභිසමෙච්ච
සක්කො උජූ ච සූජූ ච
සුවචො ච'ස්ස මුදු අනතිමානී

යම් ඒ ශාන්තිපද සංඛ්‍යාත
නිර්වාණයක් වේ ද, එයට
පැමිණි නොහොත් එය
අවබෝධ කොට වසනු කැමැති
අභිවෘද්ධිය සලසා ගැනීමෙහි
දක්ෂයා විසින් එයට සුදුසු
දෙය කළ යුතුය. නිවණට
පැමිණ වසනු කැමැත්තේ සත්‍ය

ප්‍රතිවෙධය පිණිස පිළිපදින්නට නොහොත් කිසුණු පිරියම් කිරීම් වත් සමාදන්වීම් ආදී සියලු කාර්යයන් කරන්නට දක්ෂයෙක් වන්නේය. සෘජු වන්නේය. මනා කොට සෘජු වන්නේය. අන්‍යයන් ගේ අවවාද මනා කොට පිළි ගැනීම් වශයෙන් සුවච වන්නේය. මෘදු වන්නේ ය. අතිමාන ඇත්තේ නොවන්නේය.

සන්තුස්සකො ච සුභරො ච
අප්පකිච්චො ච සල්ලහුකවුත්ති
සන්තින්ද්‍රියො ච නිපකො ච
අප්පගබ්භො කුලෙසු
අනනුගිද්ධො

ලද දෙයින් සතුටු වන්නෙක් ද, පෝෂණය කළ හැකිකෙනක් වීම ද, සැහැල්ලු පැවැතුම් ඇත්තෙක් ද, සන්සුන් ඉඳුරන් ඇත්තෙක් ද, ප්‍රඥා ඇත්තෙක් ද, හැඩි දැඩි අසංවර ගති නැත්තෙක් ද, කුලයන් කෙරෙහි නො ඇලුනෙක් ද, වන්නේ ය.

න ච ඛුද්දං සමාචරෙ කිඤ්චි යෙන විඤ්ඤූ පරෙඋපවදෙය්‍යුං සුඛිනො වා ඛෙමිනො හොන්තු සබ්බෙ සත්තා භවන්තු සුඛිතත්තා

නුවණැති අන්‍යයන් නින්දා

කරණා සුලු වරදක්වත් නො කරන්නේ ය. සියලු සත්වයෝ සැප ඇත්තෝ වෙත්වා. භය නැත්තෝ වෙත්වා. සුඛිත සිත් ඇත්තෝ වෙත්වා යි ද,

යෙ කෙචි පාණ භූත'ත්ථි
තසා වා ථාවරා වා අනවසෙසා
දීඝා වා යෙ මහන්තා වා
මජ්ඣිමා රස්සකා'ණුක ථූලා

තෘෂ්ණා භය සහිත හෙයින් තැති ගන්නා සුලුවූ ද, තෘෂ්ණා භය ප්‍රහීන කළ හෙයින් ස්ථාවරවූ ද, යම් කිසි සත්වයෝ ඇත්තාහු

නම්, ඒ සියලු දෙනා ද, දික් ශරීර ඇත්තෝ ද, මහත් ශරීර ඇත්තෝ ද, මධ්‍යම ශරීර ඇත්තෝ ද, මිටි ශරීර ඇත්තෝ ද, ඉතා සියුම් ශරීර ඇත්තෝ ද, ස්ථූල ශරීර ඇත්තෝ ද,

දිට්ඨා වා යෙ’ව අද්දිට්ඨා
යෙ ච දූරෙ වසන්ති අවිදූරෙ
භූතා වා සම්භවෙසී වා
සබ්බෙ සත්තා භවන්තු
සුඛිතත්තා

ඇස් හමුවට පැමිණීම් වසයෙන් දුටු සත්තු ද ,ඈත සිටි හෙයින් නුදුටු සත්තු ද, දුරත්, ළඟත්

වසන සත්තු ද, ඉපදීම අවසන්
කළ සත්වයෝ ද, ඉපදිමින්
සිටින සත්වයෝ ද, යන මේ
සියලු සත්වයෝ සුඛිත වෙත්වා
යි ද, මෙත් වඩන්නේය.

න පරො පරං නිකුබ්බෙථ
නාතිමඤ්ඤෙථ කත්ථචි නං
කඤ්චි
බ්‍යාරොසනා පටිඝසඤ්ඤා
නාඤ්ඤමඤ්ඤස්ස දුක්ඛ
මිච්ඡෙය්‍ය

එකෙක් අනෙකෙකු
නො රවටන්නේ ය. අනිකෙකුට
අවමන් නො කරන්නේය. කය

හා වචනය පිළිබඳ විකෘතියෙන් ද, මනෝවිකාරයෙන් ද එකෙක් අනෙකකුට දුකක් නො කැමති වන්නේ ය.

මාතා යථා නියං පුත්තං
ආයුසා එකපුත්ත මනුරක්ඛෙ
එවං'පි සබ්බභූතෙසු
මානසං භාවයෙ අපරිමාණං

මව යම් සේ තමාගේ එකම පුතා ජීවිත පරිත්‍යාගයෙන් වුවත් රක්නේ ද, එපරිද්දෙන් ම සියලු සත්වයන් කෙරෙහි අප්‍රමාණ වූ මෛත්‍රී සහගත සිත වඩන්නේය.

මෙත්තං ච සබ්බලොකස්මිං
මානසං භාවයෙ අපරිමාණං
උද්ධං අධො ච තිරියඤ්ච
අසම්බාධං අවෙරං අසපත්තං
උඩ ද යට ද සරස ද සීමාවකුදු
නැතිව අතරතුරවත් වෛර
චේතනා පහළවීමක් නැතිව
සතුරන් රහිතව සියලු ලෝක
සත්වයා කෙරෙහි අප්‍රමාණ වූ
මෛත්‍රී සහගත

තිට්ඨං චරං නිසින්නො වා
සයානො වා යාවත’ස්ස
විගතමිද්ධො
එතං සතිං අධිට්ඨෙය්‍ය
බ්‍රහ්ම’මෙතං විහාරං ඉධමාහු

සිටින්නේ හෝ ඇවිදින්නේ හෝ උන්නේ හෝ නිදන්නේ හෝ යම්තාක් මෛත්‍රී සහගත සිහිය වඩනු කැමැත්තේ ද, ඒ තාක් පහවූ මිද්ධය අලස බව ඇතිව අධිෂ්ඨාන කරන්නේ ය. මෛත්‍රී විහරණය මේ බුද්ධ ශාසනයෙහි ශ්‍රේෂ්ඨ විහරණයෙකැයි ප්‍රකාශ කළහ.

දිට්ඨිඤ්ච අනුපගම්ම සීලවා
දස්සනෙන සම්පන්නො
කාමෙසු විනෙය්‍ය ගෙධං
න හි ජාතු ගබ්භසෙය්‍යං
පුනරෙතී’ති

මිත්‍ථ්‍යා දෘෂ්ඨියට නො පැමිණ
සිල්වත් වූයේ වස්තු කාමයන්
හි ගිජු බව දුරුකොට
ඒකාන්තයෙන් ම නැවත
ගර්භයෙක් හි විසීමට
නො පැමිණෙන්නේ ය.
(ශුද්ධා වාසයක) ඉපිද එහිදී
ම රහත් බවට පැමිණ
පිරිනිවන් පාන්නේ ය.

පින් දීම

ආකාසට්ඨා ච භුම්මට්ඨා
දෙවා නාගා මහිද්ධිකා
පුඤ්ඤං තං අනුමෝදිත්වා
චිරං රක්ඛන්තු ලොක සාසනං

අහසෙහි පොළොවෙහි වෘක්ෂ
පර්වතාදියෙහි අධිගෘහිත වූ
මහත් සෘද්ධි ඇති දෙවියෝද,
බ්‍රහ්මයෝ ද, පින් අනුමෝදන්ව
සාසනය බොහෝ කල් රකිත්වා.

ආකාසට්ඨා ච භූම්මට්ඨා
දෙවා නාගා මහිද්ධිකා
පුඤ්ඤං තං අනුමෝදිත්වා
චිරං රක්ඛන්තු දේසනං

අහසෙහි පොළොවෙහි වෘක්ෂ
පර්වතාදියෙහි අධිගෘහිත වූ
මහත් සෘද්ධි ඇති දෙවියෝද,
බ්‍රහ්මයෝ ද, පින් අනුමෝදන්ව
ධර්මය බොහෝ කල් රකිත්වා.

ආකාසට්ඨා ච භුම්මට්ඨා
දෙවා නාගා මහිද්ධිකා
පුඤ්ඤං තං අනුමෝදිත්වා
චිරං රක්ඛන්තු මං පරං ති

අහසෙහි පොළොවෙහි වෘක්ෂ
පර්වතාදියෙහි අධිගෘහිත වූ
මහත් සෘද්ධි ඇති දෙවියෝද,
බ්‍රහ්මයෝ ද, පින් අනුමෝදන්ව
මා ද අන්‍යයන් ද යහතින්
බොහෝ කල් රකිත්වා.



භාවනා

නෙ'තං මම: නෙ'සො'හම'ස්මි:
න මෙ'සො අත්තා

මෛත්‍රී භාවනාව

අහං අවෙරො හොමි!
අබ්‍යාපජ්ඣෙධා හොමි!
අනීඝො හොමි!
සුඛී අත්තානං පරිහරාමි!

අහං විය මය්හං
ආචරියුපජ්ඣායා මාතා පිතරො
හිතසත්තා මජ්ඣත්තික සත්තා
වෙරී සත්තා අවෙරා හොන්තු!

අබ්‍යාපජ්ඣා හොන්තු!
අනීඝා හොන්තු! සුඛී අත්තානං
පරිහරන්තු! දුක්ඛා මුඤ්චන්තු!
යථා ලද්ධ සම්පත්තිතො මා
විගච්ඡන්තු කම්මස්කා!

සබ්බෙ සත්තා අවෙරා හොන්තු
අබ්‍යාපජ්ඣා හොන්තු
අනීඝා හොන්තු සුඛී අත්තානං
පරිහරන්තු

සබ්බෙ පාණා අවෙරා හොන්තු
අබ්‍යාපජ්ඣා හොන්තු
අනීඝා හොන්තු සුඛී අත්තානං
පරිහරන්තු
සබ්බෙ භූතා අවෙරා හොන්තු

අබ්‍යාපජ්ඣා හොන්තු අනීඝා
හොන්තු සුඛී අත්තානං
පරිහරන්තු

සබ්බෙ පුග්ගලා අවෙරා
හොන්තු අබ්‍යාපජ්ඣා හොන්තු
අනීඝා හොන්තු සුඛී අත්තානං
පරිහරන්තු

සබ්බෙ අත්තභාව පරියාපන්නා
අවෙරා හොන්තු අබ්‍යාපජ්ඣා
හොන්තු අනීඝා හොන්තු
සුඛී අත්තානං පරිහරන්තු

අහං සුඛී භවෙය්‍යං!
අහං අවෙරො භවෙය්‍යං!

අහං අබ්‍යාපජ්ඣො භවෙය්‍යං!
අහං නිද්දුක්ඛො භවෙය්‍යං!

මම නිදුක් වෙම්වා! නිරෝගී
වෙම්වා! සුවපත් වෙම්වා!
දුකින් මිදෙම්වා!
මා මෙන්ම මාගේ ආදරණීය
දෙමාපියන් ද නිදුක් වෙත්වා!
නිරෝගී වෙත්වා! සුවපත්
වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා!
මාගේ දයාබර සහෝදර
සහෝදරියන් ද නිදුක් වෙත්වා!
නිරෝගී වෙත්වා! සුවපත්
වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා!
මාගේ කරුණාවන්ත ගුරුවරු ද
නිදුක් වෙත්වා! නිරෝගී වෙත්වා!

සුවපත් වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා!

මාගේ හිතාදර ඥාති මිත්‍රාදීන් ද නිදුක් වෙත්වා! නිරෝගී වෙත්වා! සුවපත් වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා!

මාගේ යටහත් සේවකයන් ද නිදුක් වෙත්වා! නිරෝගී වෙත්වා! සුවපත් වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා!

මා හා අහිතවත් සෑමදෙනා ද නිදුක් වෙත්වා! නිරෝගී වෙත්වා! සුවපත් වෙත්වා! දුකින් මිදෙත්වා!

සබ්බෙ සත්තා භවන්තු සුඛිතත්තා

චතුරාරක්ඛා - සතර කමටහන්

බුද්ධානුස්සති මෙත්තා ච
අසුභං මරණස්සති
ඉති ඉමා චතුරාරක්ඛා
භික්ඛු භාවෙය්‍ය සීලවා

සිල්වත් මහණ තෙමේ,
බුද්ධානුස්මෘති භාවනාවද,
මෛත්‍රී භාවනාවද,
අසුභ භාවනාවද,
මරණානුස්මෘති භාවනාව ද,
යන මේ ආරක්ෂා සතර වැඩිය
යුතුයි.

බුද්ධානුස්සති භාවනාව

අනන්ත විත්ථාර ගුණං
ගුණතො'නුස්සරං මුනිං
භාවෙය්‍ය බුද්ධිමා භික්ඛූ
බුද්ධානුස්සති මාදිතො

නුවණැති මහණ තෙමේ අනන්ත
වූ ප්‍රතිරූප ගුණ බුදුරජාණන්
වහන්සේ ගුණ අනුව සිහිකර
බලමින් මුල සිටම බුද්ධානුස්මෘති
භාවනාව වැඩිය යුතුයි.

සවාසනෙ කිලෙසෙසො
එකො සබ්බෙ නිඝාතිය
අහූ සුසුද්ධ සන්තානො
පූජානඤ්ච සදා'රහො

ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ තනිවම වාසනා හෙවත් පෙර සිට ආ කෙලෙස් පුරුදුකම් සහිත වූ සියලු කෙලෙස් ප්‍රහීන කොට (වනසා දමා) අතිශයින් පිරිසිදු සිත් ඇත්තෙක් වූ සේක. හැම කල්හීම පුද පූජාවන් ලැබීමට ද සුදුස්සෙක් වූ සේක.

සබ්බකාල ගතෙ ධම්මෙ
සබ්බෙ සම්මා සයං මුනී
සබ්බාකාරෙන බුජ්ඣිත්වා
එකො සබ්බඤ්ඤුතං ගතො

බුදුරජාණන් වහන්සේ තුන් කාලයටම අයත් වූ සියලු ධර්ම කරුණු මනාව නිතරම හැම

අයුරින්ම අවබෝධ කොට
එකලාව (දෙවැන්නෙකුගේ
සහයක් නැතිව) බුදු බවට
පැමිණි සේක.

විපස්සනාදි විජ්ජාහි
සීලාදි චරණෙහි ච
සුසමිද්ධෙහි සම්පන්නො
ගගනාභේහි නායකො

තුන් ලොවටම නායක වූ ඒ
බුදුරජාණන් වහන්සේ මනාව
සමෘද්ධිමත් බවට පැමිණ ගුවන්
තලය වැනි වූ අහස මෙන් සීමා
රහිත විශාලත්වයට පැමිණියා
වූ විදර්ශනා ඥානය ආදී අට

වැදැරුම් විද්‍යාවන් ගෙන්ද
සීලය ආදී පසළොස් චරණ
ධර්ම වලින්ද යුක්ත වන සේක.

සම්මා ගතො සුභං ඨානං
අමොඝ වචනො ච සො
තිවිධස්සා'පි ලොකස්ස
ඤාතා නිරවසේසතො

ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ යහපත්
වූ තැනට (නිවනට) මනාව ගිය
සේක. (නිවන අවබෝධ කළ
සේක.) හිස් වචන
නොකියන්නෙක් ද වන සේක.
කාම රූප අරූප තෙවදෑරුම්
වූ ලෝකයන් ද සම්පූර්ණයෙන්
දත් සේක. (නිර්වශේෂයෙන්)

අනෙකෙහි ගුණොඝෙහි
සබ්බ සත්තු’ත්තමො අහු
අනෙකෙහි උපායෙහි
නරදම්මෙ දමෙසි ච

නන් වැදෑරුම් වූ ගුණ
රාශියක් කරන කොට ගෙන ඒ
බුදුරජාණන් වහන්සේ සියළු
සත්වයන්ට උතුම් වූ සේක.
නොහොත් විවිධ ක්‍රම වලින්
හික්මවිය යුතු මිනිසුන්
හික්මවීමද කල සේක.

එකො සබ්බස්ස ලොකස්ස
සබ්බ සත්තා’නු සාසකො
භාග්‍ය ඉස්සරියාදීනං
ගුණානං පරමො නිධි

සියලු ලෝකයන්ට ද සියලු සත්වයන්ට ද අසහාය වූ අනුශාසකයන් වහන්සේ කෙනෙක් වූ සේක. භාග්‍ය ඓශ්වර්යාදී වූ සම්පත්තීන්ට පරම වූ උතුම් වූ නිධානයක් හා සමාන වූ සේක.

පඤ්ඤා’ස්ස සබ්බ ධම්මෙසු
කරුණා සබ්බ ජන්තුසු
අත්තත්ථානං පරත්ථානං
සාධිකා ගුණ ජෙට්ඨිකා

ඒ තථාගතයන් වහන්සේ ගේ සියලුම ධර්මයන් හි පතලා වූ ප්‍රඥාවද, සියලු සතුන් කෙරෙහි පතලා වූ කරුණාව ද, යන මේ

ගුණයන්ට ආත්මාර්ථ පරාර්ථ
දෙක සාදා දෙන්නා වූ ප්‍රධාන
ගුණයෝ වූහ.

දයාය පාරමී චිත්වා
පඤ්ඤාය'ත්තාන මුද්ධරි
උද්ධරී සබ්බ ධම්මෙ ච
දයාය'ඤ්ඤෙ ච උද්ධරී

ඒ බුදුරජාණන් වහන්සේ සත
මෙත පතල මහා කුළුණෙන්
සමතිස් පාරමි දහම් රැස්කොට
හෙවත් පුරා ප්‍රඥා මහිමයෙන්
තමන් වහන්සේ ට ද සසරින්
ඔසවා තැබූ සේක හෙවත්
ගොඩ ගත් සේක සියලු දහම්

මතුකර පෙන්වා වදාළ සේක. මහා කරුණාවෙන් සෙසු ලෝක සත්වයා ද සසරින් එගොඩ කල සේක.

දිස්සමානො'පි තාව'ස්ස
රූපකායො අචින්තියො
අසාධාරණ ඤාණඩ්ඪෙ
ධම්මකායෙ කථාවකා'ති

උන්වහන්සේගේ වනාහි ඇසට පෙනෙන්නා වූ රූපකාය සම්පත්තිය පවා නොසිතිය හැක්කේය. සෙසු ශ්‍රාවකයන් හා අසාධාරණ වූ ඥාණයෙන් ආඪ්‍ය වූ (පිරී ගියා වූ) ධර්ම කාය සම්පත්තිය පිළිබඳව කියනුම කවරේද?

මෙත්තානුස්සති භාවනාව

අත්තූ'පමාය සබ්බෙසං
සත්තානං සුඛ කාමතං
පස්සිත්වා කමතො මෙත්තං
සබ්බ සත්තෙසු භාවයෙ

මම සැප කැමැත්තෙක්
වන්නෙමි. තමාම උපමා කර
ගැනීමෙන් සියළුම සෙසු
සත්වයන් ද සැපයට කැමති
බව දැන හෙවත් අවබෝධ
කොට ගෙන සිවු සතන් කෙරෙහි
මෛත්‍රිය පිළිවෙලින් වැඩිය යුතුය

සුඛී භවෙය්‍යං නිද්දුක්ඛො
අහං නිච්චං අහං විය

හිතා ච මෙ සුඛී හොන්තු
මජ්ඣත්තා'ථ ච වෙරිනො

මම නිරතුරුවම සුවපත් වෙම්වා.
නිදුක් වෙම්වා. මා මෙන්
මාගේ හිතවත්හුද, මැදහත්
අදහස් ඇත්තෝ ද, යලි වෛරී
සත්වයෝ ද, සුවපත් වෙත්වා.

ඉමම්හි ගාමක්ඛෙත්තම්හි
සත්තා හොන්තු සුඛී සදා
තතො පරං ච රජ්ජේසු
චක්කවාළෙසු ජන්තුනො

මේ ගම් පියසෙහි සත්වයෝ
හැම කල්හි සුවපත් වෙත්වා.

ඉන් අනතුරුව එපිට රාජ්‍ය වලද සක්වල ද සත්වයෝ සුවපත් වෙත්වා.

සමන්තා චක්කවාළෙසු
සත්තා’නං තෙසු පාණිනො
සුඛිනො පුග්ගලා භූතා
අත්තභාවගතා සියුං

හාත්පස අප්‍රමාණ වූ චක්‍රාවාටයන් හිදී ඉපදීමට පැමිණියා වූ හෙවත් උපත ලැබූ සත්වයෝ ද ප්‍රාණීහුද වෙත් නම් ඒ සියල්ලෝම ද සුවපත් වූ පුද්ගලයෝ වූවාහු වෙත්වා.

තථා ඉත්ථී පුමා චේ'ව
අරියා අනරියා'පි ච
දෙවා නරා අපායට්ඨා
තථා දසදිසාසු චා'ති

එසේම ස්ත්‍රීහු ද, පුරුෂයෝ ද, ආර්‍යයෝ ද (උසස් පුද්ගලයෝ), අනර්යයෝ (පහත් පුද්ගලයෝ), දෙවිවරුද, මිනිසුන්ද, ආවස ගතව සිටින්නා වූ සත්වයෝද, එසේම දස දිසාහිම සිටින්නා වූ සියලු සත්වයෝ ද, සුවපත් වෙත්වා.



අසුභානුස්සති භාවනාව

අවිඤ්ඤාණ සුභ නිභං
සවිඤ්ඤාණ සුභං ඉමං
කායං අසුභතො පස්සං
අසුභං භාවයෙ යති

හිත රහිත වූ විට හෙවත් මියගිය පසුව අසුභයක් සේ පෙනෙන්නා වූ ද, එහෙත් හිත සහිත වූ විට හෙවත් පීවිතය තිබෙන විට පවා අසුභ වස්තුවක් සේ සලකනු ලබන මේ සිරුර අසුභ වශයෙන් බලමින් හෙවත් විමසමින් භික්‍ෂුව අසුභානුස්සති භාවනාව වැඩිය යුතුය.

වණ්ණ සන්ඨාන ගන්ධෙහි
ආසයො කාසතො තථා
පටික්කූලානි කායෙ මෙ
කුණපානි ද්වි සොළස

මාගේ සිරුරෙහි වර්ණ වශයෙන් ද, හැඩහුරු කමින්ද, දුර්ගන්ධ වශයෙන්ද, ආශ්‍රය කරුණ වශයෙන් ද, එසේම පිහිටා ඇති ස්ථාන වශයෙන් ද, පිළිකුල් කටයුතු වූ කුණුප කොට්ඨාශ දෙතිසක් වේ.

පතිතම්හා’පි කුණපා
ජේගුච්ඡං කාය නිස්සිතං
ආධාරො හි සුචී තස්ස
කායොතු කුණපෙ ඨිතං

කය ඇසුරු කළාවූ හෙවත්
ශරීරය හා බැඳී පවත්නා වූ
කුණුප කොට්ඨාශය කයින් ගිලිහී
වැටුණා කුණුප කොට්ඨාශයටත්
වඩා පිළිකුල් සහගත වේ. ඒ
ගිලිහී වැටුණු කුණුප යෙහි යම්
පිරිසිදු බවක් ඇති නමුත් ඒ ඒ
කුණුප පිහිටා සිටීමට ආධාර වූ
සිරුර වනාහි කුණුප ගොඩකම
පිහිටන්නේය.

මිළ්හෙ කිම්'ව කායො'යං
අසුච්මිහි සමුට්ඨිතො
අන්තො අසුචි සම්පුන්නො
පුණ්ණ වච්ච කුටී විය

මේ සිරුර අසූචි ගොඩක

පනුවෙකු මෙන් අපවිත්‍ර වස්ත්‍ර ගොඩක් මැද හට ගෙන තිබේ. සිරුර ඇතුළත ද අපවිත්‍ර අසූචියෙන් පිරි වැසිකිලියක් මෙනි. එම සිරුර සියලු කුණුප කොටස් වලට ආධාරයක් ව පවතී. සිරුර මුලුමනින්ම කුණුප කොටස් රාශියකින් බැදි පවතී.

අසුචි සන්දනෙ නිච්චං
යථා මෙධක ථාලිකා
නානා කිමි කුලා’වාසො
පක්ක චන්දනිකා විය

තෙල් පිරී ඉතිරී යන තැටියක් මෙන් මේ සිරුරින් නිතරම අපවිත්‍ර දේවල් වැගිරෙයි. හිරු

එළිය නිසා කැකෑරෙන ජරාවෙන්
පිරි වලක් මෙන් විවිධ පනුවන්ට
මේ සිරුර වාසස්ථානයක් වෙයි,

ගණ්ඩ භූතො රොග භූතො
වණ භූතො සමුස්සයො
අතෙකිච්ඡොති ජේගුච්ඡො
පභිණ්ණ කුණපූ'පමො ති

මේ සිරුර සැරව ගෙඩියක්
වැනිය රෝගයක් වැනිය.
තුවාලයක් වැනිය. පිළියම් කළ
නොහැකිය. ඉතාමත් පිළිකුල්
බවින් යුතු නිසා කුණු වී දිය වී
ගිය මළ සිරුරක් වැනිය.

මරණානුස්සති භාවනාව

පවාත දීප තුල්‍යාය
සායු සන්තති යාක්ඛ යං
පරූපමාය සම්පස්සං
භාවයෙ මරණස්සතිං

ඒ මහණ තෙමේ සුළඟ වැදීමෙන්
නිතර සෙලෙවෙන පහන් දැල්ලක්
වැනි වූ මොහොතින් මොහොත
නැසීම සිදුවන ආයුෂ ගෙවීමෙන්
මියගියා වූ වෙන කෙනෙකුගේ
ශරීරය උපමා කරගෙන ඒ අනුව
විමසා බලා මරණානුස්මෘතිය
වැඩිය යුත්තේය.

මහා සම්පත්ති සම්පත්තා
යථා සත්තා මතා ඉධ
තථා අහං මරිස්සාමි
මරණං මම හෙස්සති

මේ ලෝකයේ මහා සැප සම්පත් වලට පැමිණි සත්වයෝ යම් සේ මියගියාහුද එසේම මම ද මිය යන්නෙමි. මටද මරණය පැමිණෙන්නේය.

උප්පත්තියා සහෙ'වෙ'දං
මරණං ආගතං සදා
මරණත්තාය ඔකාසං
වධකො විය එසති

මේ මරණය සැමදා උපත

සමගම පැමිණෙයි. මේ මරණය වධකයෙක් අපරාධකරුවා මැරීමට අවස්ථාව සොයන්නාක් මෙන් සත්වයා මරා දැමීමට අවස්ථාවක් සොයමින් සිටී.

ඊසකං අනිවත්තං තං
සතතං ගමනුස්සුකං
ජීවිතං උදයා අත්ථං
සුරියො විය ධාවති

මොහොතක්වත් නතර නොවී ගමනෙහි යෙදෙන ජීවිතය ඉපදීමේ සිට මරණය දක්වා ගමන් කරයි. උදාවීමේ පටන් බැසයාම දක්වා දුවන සූර්යයා මෙනි.

විජ්ජු බුබ්බුල උස්සාව
ජලරාජි පරික්ඛයං
ඝාතකො'ව රිපූ තස්ස
සබ්බත්තා'පි අවාරියො

මේ ජීවිතය විදුලිය, දිය බුබුල, පිණි බිඳුව, දියෙහි ඇඳි ඉර, යන මේවා මෙන් ඇතිවී නැතිවී යයි. සතුරෙකු මෙන් වූ ඒ මාරයාගේ ක්‍රියාව හැම තැනදීම වැළැක්විය නොහැකිය.

සුයසත්තාම පුඤ්ඤිද්ධි
බුද්ධි වුද්ධෙ ජිනද්දයං
ඝාතෙසි මරණං කිප්පං
කාතු මාදිසකෙ කථා

මේ මාරයා කීර්තිය ඇති, කාය බල ඇති, ඥාණ බල ඇති, පින් ඇති, ඍද්ධි බල ඇති, බුද්ධිය ඇති, බුදුරදුන්ට පවා දයාවක් නොකරමින් වහාම උන්වහන්සේ ඝාතනය කලේය. මා වැන්නකු ගැන කුමන කථා ද?

පච්චයානඤ්ච වෙකල්‍යා
බාහිරජ්ඣධත්තු'පද්දවා
මරාමොරං නිමෙසා'පි
මරමානො අනුක්ඛණං'ති

මොහොතක් පාසා
මරණයට පත්වන මම නාමරූප ධර්මයන්ගේ විනාශය අනුවද, ආහාර පානාදිය නොලැබීමෙන්

ද, බාහිර උපද්‍රව වලින් ද, අභ්‍යන්තර ලෙඩ වලින් ද, අඩු වෙලාවක් ඇතුළත මිය යන්නෙමි.

අට වැදෑරුම් සංවේග වස්තු

භාවෙත්වා චතුරා රක්ඛා
ආවජ්ජෙය්‍ය අනන්තරං
මහා සංවේග වත්ථූනි
අට්ඨ අට්ඨිත වීරියො

පළමුව සිවු වැදෑරුම් ආරක්‍ෂක කරුණු වඩා, අනතුරුව නොපසුබස්නා උත්සාහ ඇති තැනැත්තා විසින් අෂ්ඨමහා සංවේගයට හේතුවන කරුණු කල්පනා කර බැලිය යුතුය.

ජාති ජරා ව්‍යාධි චුතී අපායා
අතීත අපත්තක වට්ට දුක්ඛං
ඉදානි ආහාර ගවෙට්ඨී දුක්ඛං
සංවේග වත්ථූනි ඉමානි අට්ඨ

ඉපදීම, මහලුවීම, ලෙඩරෝග, මරණය, අපාය වල ඉපදීම, පෙර සංසාරයෙහි දී ලද අත්ගැහැට, අනාගතයේ දී ලද හැකි සසර ගැහැට, දැන් මේ ආත්මයෙහි ආහාර පාන සෙවීමෙහි දුක, යන මේ අට සංවේගයට පැමිණීමට හේතු කරුණු වේ.

පාතො ච සාය'මපි චේ'ව
ඉමං විධිඤ්ඤද්ඤු
ආසෙවතෙ සතත මත්ත
හිතාභිලාසී

පප්පොති සො ති විපුලං
හතපාරි පන්ථො
සෙට්ඨං සුඛං මුනිවිසිට්ඨ
මතං සුඛෙන චා'ති

නිතර තම යහපත ගැන කැමති
මේ අෂ්ඨ සංවේග වස්තූ දන්නා
වූ යමෙක් උදෑසන ද සවසද
මෙසේ ඒ කරුණු පුහුණු කෙරේ
ද හෙතෙම නසන ලද උවදුරු
ඇතිව උතුම් වූ බුදුන් විසින්
පසස්නා ලද ඉතා මහත් වූ නිවන්
සැපයට සුවසේ පැමිණෙයි.

★★★★★

ප්‍රියයන් ගෙන් වෙන්වීම දුකකි

ධඤ්ඤං ධනං රජතං ජාතරූපං
පරිග්ගහං චාපි යදත්ථි කිඤ්චි
දාසා කම්මකරා පෙස්සා
යෙ චස්ස අනුජීවිනො

තමන් සතු සියලු වස්තු ද, ද්‍රේපල ද, තම දැසි දැස්සන් ද, තමන් ගෙන් යැපෙන්නා වූ අයද, යන සියලුදේ අත්හැර දමා යා යුතුවේ

සබ්බං නාදාය ගන්තබ්බං
සබ්බං නික්ඛිප්ප ගාමිනං
යඤ්ච කරොති කායෙන
වාචාය උද චෙතසා

ඒ යන තැනැත්තාට ගෙන යා

හැකි තමන් විසින් කයින් මනසින්
ක්‍රියාවෙන් කළ කී දේ පමණි.

තම්හි තස්ස සකං හොති
තඤ්ච ආදාය ගච්ඡති
තඤ්චස්ස අනුගං හොති
ඡායාව අනපායිනී
සබ්බෙ සත්තා මරිස්සන්ති
මරණං තං හි ජීවිතං
යථා කම්මං ගමිස්සන්ති
පුඤ්ඤපාප ඵලූපගා
නිරයං පාපකම්මන්තා
පුඤ්ඤකම්මා ච සුග්ගතිං
තස්මා කරෙයිය කල්‍යාණං
නිචයං සම්පරායිකං
පුඤ්ඤානි පරලොකස්මිං
පතිත්ඨා හොන්ති පානිනං ති

සිත් සෙවනැල්ල මේ ඒ තැනැත්තා සමග යන්නේ ඒ ක්‍රියා පමණි.
සියලු සත්වයෝ මරණයට පත්වෙති. ජීවය කෙළවර වන්නේ මරණයෙනි. මිනිසුන් ගේ ඉරණම තැනෙන්නේ ඔවුන් ක්‍රියාවලට අනුවයි. ඔවුන් විසින් රැස් කරගන්නා ලද කුසලාකුසල ප්‍රතිඵල වලට අනුව ඔවුනට මරණින් මත්තේ ජීවිතය තීරණය වේ. අකුසල් ක්‍රියාවේ යෙදෙන්නෝ අපායට යති. කුසල් ක්‍රියා කළ අය දෙව් ලොව යති. ඒ නිසා හැමෝම පින් දහම් කුසල් කළ යුතුවේ. ඒ කුසල් අන් තැනක උපන් කල ප්‍රයෝජනවත් වේ.

කෙනෙකු විසින් කරන ලද
පුණ්‍ය ක්‍රියා මතු ආත්මයේ දී ඒ
තැනැත්තාට මනා පිහිටක් වේ.

ජීවිතය අනියතයි
මරණය නියතයි

අනිච්චා වත සංඛාරා
උප්පාදවයධම්මිනො
උප්පජ්ජිත්වා නිරුජ්ඣන්ති
තෙසං වූපසමො සුඛො

සියලු සංස්කාරයෝ අනිත්‍යයහ.
ඒ සංස්කාර ධර්‍ම ඇතිවීම හා
නැතිවීම යන ලක්‍ෂණ සහිතය.
සියලු සත්වයෝ උත්පත්තිය
ලබති. පසුව ඔවුන් ගේ ජීවිත

ගමන නවතී. මේ උපත පිළිබඳ ක්‍රියාදාමය නිමාවීම සැපතකි.

අචිරං වත'යං කායො
පඨවිං අධිසෙස්සති
ඡුද්ධො අපෙතවිඤ්ඤාණො
නිරත්ථ'ව කලිංගරං

ඉතා ඉක්මනින් මේ කය මහ පොළොව මත වැතිරේ. ජීවයෙන් තොර ඒ කය එවිට ලී කොටයක් සේ නොවටනේ ය.

අනබ්භිතො තතො ආග
අනුඤ්ඤාතො ඉතො ගතො
යථා'ගතො තථා ගතො
තත්ථ කා පරිදෙවනා

ඔහු මෙහි ආවේ ආරාධනයකින් තොරවය. එසේ ම ඔහු මෙලොවින් නික්ම යන්නේත් දැනුම් දීමකින් තොරවය. ඔහු ආයේ යම්සේ ද ඔහු ගියේත් එසේමය. එසේ නම් ඇඬීම් වැලපීම් වල අරුත කුමක් ද?

පුත්තා ම’ත්ථි ධනං ම’ත්ථි
ඉති බාලො විහඤ්ඤති
අත්තා හි අත්තනො නත්ථි
කුතො පුත්තා කුතො ධනං

අඥනයෝ මෙවැනි සිතුවිලි වලින් දුක් විඳිති. මට දරුවෝ සිටිති. මට ධනය ඇත්තේ ය. තමාට තමාවත් නැති කළ තමන්ට දූ දරුවෝ ධනය කොයින් ද?

ති ලක්ඛණ

සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චා’ති
යදා පඤ්ඤාය පස්සති
අථ නිබ්බින්දති දුක්ඛෙ
එස මග්ගො විසුද්ධියා

සියලු සංස්කාරයෝ අනිත්‍ය යැයි
යමෙකු බුද්ධියෙන් දකින්නේ ද,
එවිට ඔහු දුකින් මිදේ. මෙය
විශුද්ධියට මාර්ගයකි.

සබ්බෙ සංඛාරා දුක්ඛා’ති
යදා පඤ්ඤාය පස්සති
අථ නිබ්බින්දති දුක්ඛෙ
එස මග්ගො විසුද්ධියා

සියලු සංස්කාරයෝ දුක් සහිත
යැයි යමෙකු බුද්ධියෙන්
දකින්නේ ද,
එවිට ඔහු දුකින් මිදේ.
මෙය විශුද්ධියට මාර්ගයකි.

සබ්බෙ ධම්මා අනත්තා’ති
යදා පඤ්ඤාය පස්සති
අථ නිබ්බින්දති දුක්ඛෙ
එස මග්ගො විසුද්ධියා

සියලු ධර්මතා අනාත්ම යැයි
යමෙකු ප්‍රඥාවෙන් අවබෝධ
කොට ගනී ද,
එවිට දුකින් මිදේ.
මෙය විශුද්ධි මාර්ගයයි.

ලෞකික ස්වභාවය

හා! යොබ්බනා ජරා අන්තා
අහෝ! තරුණකම මහලු වීමෙන්
කෙළවර වේ.

හා! විනාසා මහද්ධනා
අහෝ! මහා ධනස්කන්ධ විනාශ
වීමෙන් කෙළවර වේ.

හා! සංයොගා වියොගන්තා
අහෝ! එක්වීම් වෙන්වීමෙන්
කෙළවර වේ.

හා! මතන්තා සජීවකා
අහෝ! ජීවිතය මරණයෙන්
කෙළවර වේ.

හා! උන්නතා ඕනතන්තා
අහෝ! ඉහළට නැගීම් පහළට
වැටීමෙන් කෙළවර වේ.

හා! පියාසෝක අන්තකා
අහෝ! සතුට ශෝකයෙන්
කෙළවර වේ.

හා! ථොමනා විනින්දන්තා
අහෝ! ප්‍රශංසාව නින්දාවෙන්
කෙළවර වේ.

හා! දුක්ඛා සබ්බසො සුඛා
අහෝ! කවරාකාර සතුටක් වුව ද
දුකෙන් කෙළවර වේ.

ඥාතීන්ට පින් දීම

ඉදං මෙ ඥාතීනං හොතු
සුඛිතා හොන්තු ඥාතයො

(තුන් වරක් කියන්න)

මේ පින නෑයන්ට අත්වේවා.
නෑයෝ ලොව්තුරා සුවයෙන්
සුවපත් වේවා.

අද්ධුවං ජීවිතං
ධුවං මරණං අවස්සං
මයා මරිතබ්බං
මරණ පරියොසානං
මෙ ජීවිතං
ජීවිත මේ'ව අනියතං
මරණං නියතං
මරණං නියතං

පූජ්‍ය වේරගොඩ සාරද නාහිමියන් අනිකුත්, සිංහල පොත්

- ධර්ම භාණ්ඩාගාරය - සිතුවම් සහිත ධම්මපදය
- බුද්ධ චරිතය
- ළමයින් සඳහා බුද්ධ චරිතය
- බුද්ධ චරිතය - ගන්ධාර කලාව ඇසුරින්
- දූ දරුවෝ - වාසනාවට මඟ
- ළමුන් සඳහා හොඳ සිරිත් විරිත්
- මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රය
- බුදු දහම සහ බුදුහාමුදුරුවෝ
- බෞද්ධ භාවනා මාර්ගය
- සුසිරි කතා - කියවන්න පාට කරන්න

